YAMASA　MP-300/MP-400

山佐デジタル万歩計®

取扱説明書（保証書付）

●山佐デジタル万歩計®をお買い上げいただきありがとうございます。この製品をお使いいただくため、ご使用前にこの説明書をよくお読みください。

●お読みになったあとも、この保証書付取扱説明書をいつでも見られるところに保管しておいてください。

●「万歩計®」は山佐時計計器株式会社の登録商標です。

※本書に記載しているイラストはイメージ図です。

保　証　書

製品名		万歩計®
機種番号		MP-300, MP-400
保証期間		1年（お買い上げ日より）・本体部分
お買い上げ日		年　月　日
お客様	お名前	様
	ご住所	
	電話	（　）
販売店	店名 住所 電話	

この保証書は右の記載内容で無料修理を行うことをお約束するものです。お買い上げ日から上記期間中故障が生じた場合は、保証書をご提示のうえお買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

山佐時計計器株式会社
東京都目黒区中央町1-5-7 〒152-8691
TEL.03-3792-4111（代）

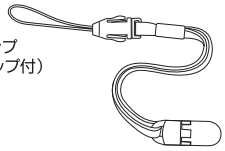
保証について

①この保証書は保証期間中下記の条件で無料修理をお約束するもので、お客様の法律上の権利を制限するものではありません。
②無料修理を受けられる場合は製品をご持参の上、お買い上げの販売店または直接弊社にご依頼ください。その際はこの保証書を提示してください。送料、その他の諸費用はお客様負担となります。
③次のような場合には、保証期間内でも有料修理になります。
・誤ったご使用や、不注意による故障または損傷。
・不適当な修理や改造による故障または損傷。
・火災、水害、地震など天災地変による故障または損傷。
・ご使用中に生ずる外観上の変化（ケースのいたみ、損傷等）。
・消耗部品、電池などの交換。
・保証書のご提示がない場合。
・保証書にお買い上げ年月日、販売店名および捺印のない場合、あるいは書き換えられた場合。
④修理の可能な期間はご使用条件により著しく異なりますし、精度も元通りにならない場合がありますので、修理ご依頼の際に販売店または直接弊社とよくご相談ください。
⑤保証に関してご不明な点は直接弊社のお客様サービス室にお問い合わせください。

入っているものをご確認ください

1. 本体

2. ストラップ（クリップ付）



3. お試し用電池（CR2032/1個）
※本体に内蔵済み

4. 取扱説明書（本書:保証書付）

ご注意

⚠ 警告　安全上のご注意

◆お子さんの手の届かないところに保管してください。

◆電池は幼児の手の届かないところに保管してください。

◆万一電池や電池フタを飲み込んだ場合は、直ちに医師と相談してください。

◆電池は火の中に投じないでください。破裂する恐れがあります。

◆電池の+ーを間違えないようにしてください。使い切った電池はすぐに取り外し、新しいものと交換してください。

◆ストラップなどを持って、振り回さないでください。ケガをする恐れがあります。

◆病み上がり、ケガをしたあとのリハビリや長期間運動していない人は、無理をせず体調に合わせて、歩く速さ、量を少しずつ増やしましょう。

⚠ 注意　取扱上のご注意

◆防水構造ではありません。水がかかるところでの使用、保管は避けてください。

◆直射日光の当たるところ、暖房器具の近く、ホコリ、湿気の多いところでの使用、保管は避けてください。

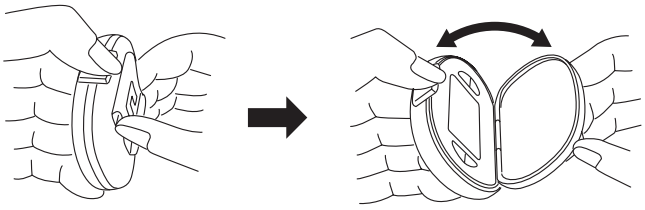
◆分解したり、内部をいじったりしないでください。

◆本体に強い衝撃を与えたり、落としたり、踏んだりしないでください。

◆汚れを落とすとき、ベンジン、シンナー、ガソリンなどを使用しないでください。

装着方法について

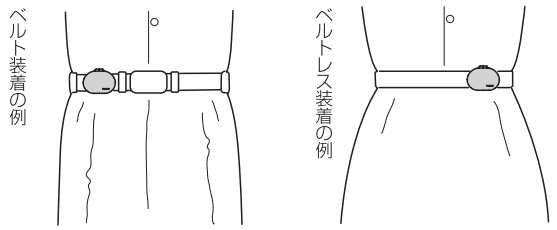
表示を見るとき、ボタンを押すときには、前/中ケースと後ケースを図のように開けてください。

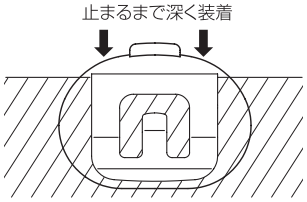


■装着について

●ベルトやベルトレスのスラックス、スカート、トレーニングパンツなどのウエスト部にクリップをしっかりと装着してください。

●位置は左または右のスラックス折り目線上が標準位置です。



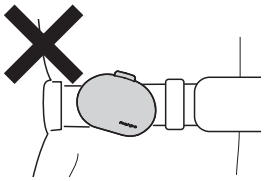


●クリップは止まるまで深く差し込んで装着してください。

●装着が浅かったり、ケースが傾いていると、はずれたり、正確な測定が出来なくなります。

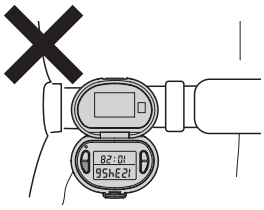
次のような場合、正しい測定が出来ない可能性があります。

1. 正しく装着していないとき。
・本体を傾けてベルトに装着したとき。
・クリップと前ケースを閉じていないとき。
※正しく装着しても、お客様の体型により歩行中に傾き、歩数誤差を生じる場合があります。



2. 不規則な歩行や不規則なジョギングをしたとき。
・スリ足のような歩き方。
・サンダル、ゲタ、ゾウリなどの履き物での歩行。
・混雑した街中を歩くときなどの歩行の乱れ。

3. 上下運動や振動の多いところで使用したとき。
・立ったり、座ったりする動作。
・歩行やジョギング以外のスポーツ。
・階段や急斜面の昇り降り。
・乗物に乗車中の上下振動または横ブレ。



4. 設定表示状態のとき。
・設定状態では測定できません。

変だな？と思ったら・・・

こんな時	原因	対処方法
表示がうすくなった	電池が消耗している	新しい電池（CR2032）と交換してください
何も表示しない	電池の⊕⊖の向きが間違っている	電池を正しく入れ直してください
	電池が消耗している	新しい電池（CR2032）と交換してください
表示の値が違う	装着方法が間違っている	【装着方法について】の項目をご覧ください
	不規則な歩行をしている	常に一定のリズムで規則正しく歩くように心がけてください
	設定値が間違っている	設定変更してください
表示内容がおかしい		システムリセットスイッチを押してください

※上記の方法でも直らない場合は、山佐・お客様サービス室までお問い合せください。
※本製品の故障、修理の時は、設定した時刻、歩幅と記憶した測定値はすべて消去されますのでご了承ください。
万一に備え測定結果を紙などに記録しておくことをおすすめします。

主な仕様

名称		万歩計®
型番		MP-300/MP-400
表示		液晶6桁デジタル2段表示
センサー		振子式加速度センサー
MP-300		
表示	歩数	0～999999歩
	時刻	0：00～23：59
設定	時刻	0：00～23：59（24時間表示）
MP-400		
表示	歩数	0～999999歩
	時刻	0：00～23：59
	歩行時間	0時間00分～999時間59分
	歩行距離	0.00～9999.99km
設定	時刻	0：00～23：59（24時間表示）
	歩幅	30～180cm（1cm単位）
使用温度範囲		0℃～40℃
歩数精度		±3%以内（当社規格の振動試験器による）
時間精度		平均月差 ±30秒以内（常温にて）
材質		本体 ABS樹脂　クリップ 鉄・ニッケル

使用電池	CR2032　リチウム電池　1個 電池寿命　約3年（1日1万歩使用時）
外形寸法	46×61×19㎜（縦×横×厚 クリップ除く）
質量	約38g（電池含む、ストラップ除く）
付属品	クリップ付ストラップ お試し用電池（1個）※本体に内蔵済み 取扱説明書（保証書付き）

●仕様及び外観は、改良のため予告なく変更することがありますが、ご了承下さい。

お問い合せは

山佐・お客様サービス室
TEL.03-3792-1364
（受付時間 9:00～17:45　土・日・祝祭日除く）

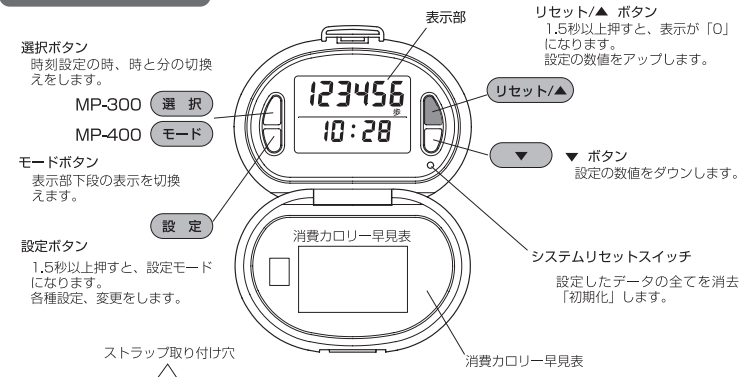
山佐時計計器株式会社
東京都目黒区中央町1-5-7 〒152-8691

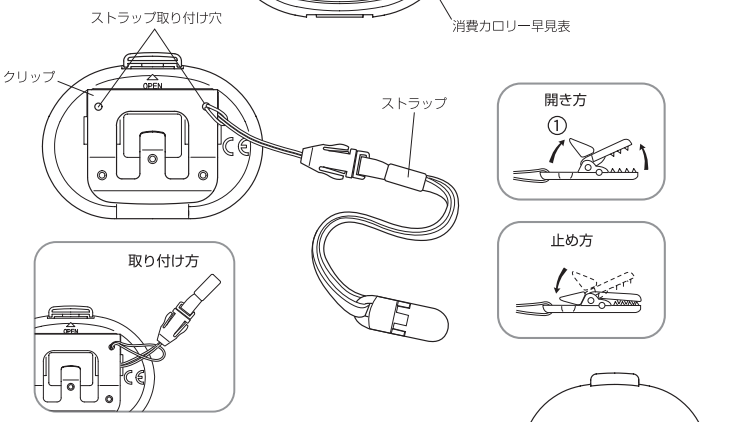
©YAMASA

使い方は裏面をご覧ください。

ご使用いただく前に

各部の名称





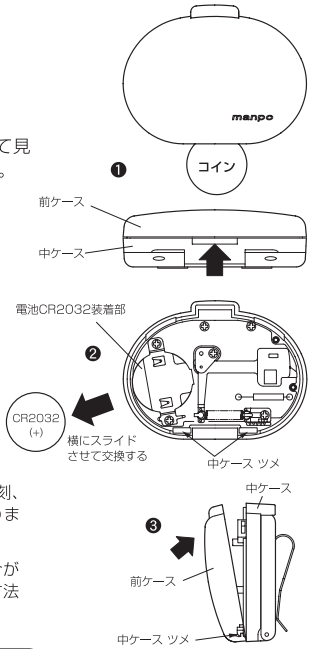
電池交換について

電池が消耗しますと、表示が消えたり、薄くなって見えにくくなります。早めに電池を交換してください。

❶前ケースと中ケースの間（下側にある凹部）にコインを差し込み、右または左に回すようにして開けます。

❷新しい電池（CR2032)は、＋を上にしてホルダーに入れます。このとき、可動部分や電子部品には絶対に触れないようにしてください。

❸図のように先に中ケース下側のツメに前ケースを引っ掛けてからしっかり閉めます。



電池交換後は必ずシステムリセットスイッチを押してください。

システムリセットスイッチを押すと設定した内容（時刻、歩幅:MP-400）の全てが消去され、初期設定値に戻りますので必ず再設定してください。

付属の電池はお試し用ですので、電池寿命が短い場合があります。古い電池は、お住まいの市町村区の廃棄方法に従って処理してください。

MP-300/時刻を設定する

最初に

設定ボタンを1.5秒以上押して設定モードにしてください。
「時」が点滅して、時刻の設定ができます。

時刻設定	設定範囲　0：00~23：59（初期値‥0：00　24時間制）

時・分

設定ボタン 1.5秒以上押す → 設定開始

↓

時 点滅　▲ボタン▼ボタンで 時 を設定（単位:時）
【表示例】0：00　0点滅状態

↓

選択ボタン … 時 が確定

↓

分 点滅　▲ボタン▼ボタンで 分 を設定（単位:分）
【表示例】10：00　00点滅状態

↓

設定ボタン … 分 が確定 → 設定終了

↓

歩数モード表示 ——【表示例】0歩　10：28

↓

リセットボタン 1.5秒以上押す → 使用開始

↓

歩数 が0となり 使用開始 できます。

※各設定状態でボタン操作をしない状態が5分以上続くと、表示している数値で決定し、歩数モードになります。
※各設定状態で▲または▼ボタンを長押しすると、設定数値の早送りができます。
※どの設定条件からでも設定ボタンを押せば設定を終了することができます。

MP-400 時刻・歩幅を設定する

最初に

設定ボタンを1.5秒以上押して設定モードにしてください。
「時」が点滅して、時刻・歩幅の順番に設定ができます。

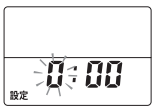
時刻設定	設定範囲　0：00~23：59（初期値‥0：00　24時間制）
歩幅設定	設定範囲　30~180cm（初期値‥70cm）

時・分

設定ボタン 1.5秒以上押す → 設定開始

↓

時 点滅　▲ボタン▼ボタンで 時 を設定（単位:時）
【表示例】0：00　0点滅状態

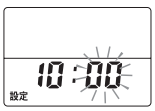


↓

モードボタン … 時 が確定

↓

分 点滅　▲ボタン▼ボタンで 分 を設定（単位:分）
【表示例】10：00　00点滅状態



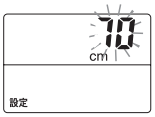
↓

モードボタン … 分 が確定

↓

歩幅

歩幅 点滅　▲ボタン▼ボタンで 歩幅 を設定（単位:cm）
【表示例】70cm点滅状態



↓

設定ボタン … 歩幅 が確定 → 設定終了

↓

歩数モード表示 ——【表示例】0歩　10：28

↓

リセットボタン 1.5秒以上押す → 使用開始

↓

歩数・歩行時間・歩行距離 が0となり 使用開始 できます。

※各設定状態でボタン操作をしない状態が5分以上続くと、表示している数値で決定し、歩数モードになります。
※各設定状態で▲または▼ボタンを長押しすると、設定数値の早送りができます。
※どの設定条件からでも設定ボタンを押せば設定を終了することができます。

ご使用方法

各種モードの説明

設定が終わると、歩数モード表示になります。
本体をズボンのベルトなどに正しく装着してください。（装着方法参照）
リセットボタンを1.5秒以上押して歩数を0にしてから歩行を開始してください。

●歩数モード

上段に歩いた歩数（歩）、下段に時計（現在時刻）を表示します。
【表示例】123456歩　午前10時28分

●歩行時間モード（MP-400のみ）

上段に歩いた歩数（歩）、下段に歩いた時間（H=時、M=分）を表示します。
【表示例】123456歩　16時間34分

●歩行距離モード（MP-400のみ）

上段に歩いた歩数（歩）、下段に歩いた距離（km）を表示します。
【表示例】123456歩　74.07km

■データを「0」にするには■

どのモードからでもリセット/▲ボタンを1.5秒以上押すと表示が「0」になります。

システムリセットについて

◇電池交換後や設定したデータを全て消したい場合、または表示画面が乱れたりスイッチ操作ができなくなった場合にご使用ください。

◇システムリセットスイッチを押すと設定した内容（時刻など）の全てが消去され初期設定値にもどりますので必ず再設定してください。電池を外した場合も同様です。

システムリセット後の
表示（0時00分、0歩）